



3. Lüneburger Heide Staffellauf und Ultra-Marathon

Lüneburg / 18.06.2022

evaluación detallada

Ruske Alexander

Asociación: Nonviolent Mobility

Dorsal: 101

recorrido: 100.00 km

Ultra-Marathon

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

posición en el recorrido/Total: DNF (de 102)

posición en el recorrido/Men: DNF (de 86)

mejor tiempo del recorrido: 8:42:41

posición en la categoría: DNF(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 8:42:41

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | retraso | | | Total | | | | | | | |
|----------------|-------------|-----------------|------------------------|----------------|----------------|----------------|-------------|-----------------|-------------------|------|---|---------|----|---------|
| | | | | retraso min | retraso seg | retraso seg | Total km | Total tiempo | Total posición | | | | | |
| Südergellersen | 10.30 | 58:15 | 5:39 | 5 | 7:16 | 28 | 10:18 | 10.30 | 58:15 | 5:39 | 5 | 7:16 | 28 | 10:18 |
| Amelinghausen | 13.80 | 1:20:08 | 5:48 | 4 | 12:54 | 20 | 15:56 | 24.10 | 2:18:23 | 5:44 | 4 | 20:09 | 23 | 26:08 |
| Schwindebeck | 9.40 | 54:49 | 5:49 | 4 | 8:00 | 17 | 10:55 | 33.50 | 3:13:12 | 5:46 | 5 | 45:37 | 22 | 55:52 |
| Bispingen | 8.90 | 54:30 | 6:07 | 4 | 10:18 | 17 | 12:28 | 42.40 | 4:07:42 | 5:50 | 5 | 1:40:07 | 22 | 1:50:22 |
| Overhaverbeck | 10.80 | 1:24:20 | 7:48 | 6 | 30:40 | 37 | 30:40 | 53.20 | 5:32:02 | 6:14 | 5 | 1:04:06 | 26 | 1:17:40 |
| Undeloh | 6.90 | - | - | 9 | - | - | 63 | 60.10 | 5:32:02 | 5:31 | 3 | 29:29 | 7 | 35:03 |
| Egestorf | 9.20 | fehlt! | - | - | - | - | - | 69.30 | - | - | - | - | - | - |
| Salzhausen | 10.70 | fehlt! | - | - | - | - | - | 80.00 | - | - | - | - | - | - |
| Südergellersen | 10.90 | fehlt! | - | - | - | - | - | 90.90 | - | - | - | - | - | - |
| Sülzwiesen | 9.10 | fehlt! | - | - | - | - | - | 100.00 | - | - | - | - | - | - |